

「理想の食卓」への回帰 —飯島奈美の“ふつうのごはん”—

板 持 夏 希

以下に掲載するのは、板持夏希さんの卒業論文『『理想の食卓』への回帰—飯島奈美の“ふつうのごはん”—』の抜粋・再構成である。この論文は、ここ数年、日本映画でひとつの流行となっている「料理映画」——単にヴィジュアル的に料理にスポットライトを当ててのではなく、料理を作ること、そして食べることが物語上の重要な要素になっている一連の映画作品——で重要な役割を果たしているフードスタイリスト飯島奈美の仕事に注目し、彼女の作り出す料理のイメージの特徴と、それが多くの人々に訴えかける力を持つ理由を、現代日本の食文化の変容と関連づけて考察したものである。論文は序章、結論を含めて全六章の構成になっている。第一章ではまずフードスタイリストという職業の成り立ちと飯島奈美のキャリアを振り返り、第二章では飯島奈美が参加した映画作品において料理がどのような役割を演じているのかを考察している。続く第三章では、高度成長期からバブル期を経て現在にいたる日本の食文化の変容と食に対する危機意識の高まりを確認したうえで、現在、理想の食卓への回帰とも呼べる食のトレンドが生じていることを指摘している。そして、第四章では飯島奈美の二冊のレシピ本を取り上げ、飯島の料理のイメージの特徴を、他の著名なフードスタイリストとの比較を通じて明らかにしている。通常、詳細に分析されることのほとんどないレシピ本を、多数の資料を参照しつつ、多面的に考察することによって、私たちの置かれている食の風景の一端を浮き彫りにした力作である。(海老根剛)

1. 現代日本における食文化の変容と「理想の食卓」への回帰

フードスタイリスト飯島奈美が作り出す料理のイメージが人々の注目を集めるようになったのは、映画『かもめ食堂』の公開（2006年）以降である。ここではまず、こうした注目の背景にあると思われる現代日本の食の現状を、高度成長期以来の食文化の変容を確認しつつ考察してみたい。

省力化、簡便化、外部化、エンターテインメント化

1955 年頃から始まる高度経済成長期には、調理家電やガス機器の普及とライフラインの整備によって、食が省力化された。高度経済成長にとともに、洗濯機や電気釜、電気冷蔵庫などの家電が一般家庭に普及したことで家事労働の負担が減るとともに、プロパンガスや都市ガスの整備によって強い火力が使えるようになったことで、主婦が料理を楽しむことが可能になり、作る料理の種類も豊富になった。また、この時期にメディアによって新しい料理が紹介されるようになったことも、バラエティ豊かな食生活が広がった要因である¹。

1950 年代後半から 70 年代前半には、高度経済成長と同時に進んだ技術革新を背景に、加工食品が次々と登場し、食の簡便化が進むことになった。70 年代には冷凍食品が本格的に普及し始め、電子レンジの普及率が上がった 80 年代になると電子レンジ対応商品も登場する。このように加工食品が増えた背景には、家電やガスコンロを使った便利な生活と新しい料理が次々と紹介される食文化の広がりがある。高度経済成長期に始まった食の簡便化は、バブル期にも継続して進行した²。

さらに、高度経済成長期からバブル期の終わりにかけて、外食チェーンの登場と中食の浸透によって食の外部化が進んだ。外食についてみると、1970 年に外国資本が飲食業に参入できるようになったことで、ファミレスやファストフードのチェーン店が 70 年代に次々と開業し、70 年代後半には外食産業の売上げが年間 10 兆円を超えるまでになった。他方、中食も高度経済成長期から浸透し始め、バブル期の終わりごろには一般的になっていた。「中食」という言葉自体は、弁当や惣菜、おにぎりやパンを買うスタイルが浸透した 1990 年ごろに生まれている³。

バブル期に進行した食生活の変化は、食のエンターテインメント化である。高級レストランで贅沢な料理を楽しむことが多くの人の手に届く「エンターテインメント」になり、食に求められるイメージも、華やかで贅沢なもの、当時の言葉で言えば「リッチな」ものに変化していった。グルメ漫画『美味しんぼ』の連載が 1983 年に開始されるなど、バブル期は「1 億

総グルメ時代”とも呼ばれ、国民すべてがグルメになったかのような時代だったのである⁴。

以上に述べた4つの変化から、高度経済成長とバブル経済を通して、現代日本の食文化が急激に変容したことが確認できる。

食の危機と「理想の食卓」への回帰

こうした食文化の変容は、確かに豊かな食生活をもたらしたが、その反面で、さまざまな問題も生み出している。とりわけ近年では、人々に食への不安を抱かせるような出来事が頻繁に起こっている。個食や孤食の増加による一家団欒の崩壊、そして食の安全性に対する不安といった問題が、私たちの食生活を脅かしているのである。スローフードや地産地消といった食の新しい動きは、こうした食の危機と密接な関係にある。

一家団欒という考え方は、明治時代にすでに登場していたが、当時それを実現できたのはごく限られた富裕層だけであった。しかし、戦後、特に高度経済成長期に入ると、都市部だけでなく農村部においても生活改善運動によって主婦の役割が強調されるようになり、農業労働の機械化と家電やライフラインの普及によって女性が重労働から解放され、主婦が家事に時間を費やすことができるようになっていった。その結果、一家団欒を楽しむことが、日本の多くの家庭で可能になったのである。こうして一家団欒という概念は、高度経済成長期に社会全体に浸透していった⁵。

しかし近年では、ライフスタイルの多様化や不況による労働条件の不安定化によって、家族の生活時間が合わなくなり、一家団欒が難しくなっている。一人暮らしの世帯も増え、孤食化が進む一方、豊かな食生活によって食の好みが多様化し、家族がそれぞれ自分の好きなものを食べるという個食も生じている。さらに、朝食の欠食率も年々増加しており、家族がそろって朝食をとるという風景も少なくなってきたのである。同じ時間に食卓を囲むことが難しくなった上に、家族が同じ食事をとらないという状況では、一家団欒の実現は難しい。このように、近年では家族がばらばらになって食べる個食や孤食によって、一家団欒は崩壊しつつあると言え

るのである。

しかしながら、NHK 放送文化研究所世論調査部が 2006 年に行った「食生活に関する世論調査」の結果を見ると、一家団欒は一人一人の幸福感に繋がると感じられており、それが崩壊しつつある現代でも、依然として多くの人が家族で食卓を囲むことを理想としていることが分かる⁶。

次に食の安全性の対する不安の高まりに注目すると、とりわけ 2000 年代に入ってから、農薬混入事件や食品偽装事件、産地偽装事件、残留農薬問題、さらに賞味期限偽装など食の安全を揺るがす問題が次々と発生し、食の安全性に不安を抱く人が急増した。食品を作る会社が、巧妙で悪質な不正を続けていたことを知り、消費者は、食の安全性を顔の見えない生産者に任せることで自分たちの生活が成り立っていることを気づかされたのである⁷。

こうした状況のもと、スローフードと地産地消を始めとする新たな食のトレンドが、日本でも浸透し始めている。これらのトレンドの背景にあるのは、利潤追求のために効率性を求める近年のファストなライフスタイルの普及とそれがもたらした様々な問題に対する危機感である。食の合理化、均質化、没個性化や一家団欒の崩壊、さらにはまた食の安全性に対する不安から、スローフードや地産地消が求められているのである。そして、この同じ危機意識を背景として、作った人の顔が見えるものを、誰かと共に囲み、会話を楽しみながら食べることが「理想の食卓」とみなされるようになり、そうした「理想の食卓」への回帰とも呼べる現象が、現在、起こっているのではないだろうか。昔の食文化の良い所を残し続け、それを便利で豊かになった近年の食文化と融合させることで、「懐かしいけれど新しい食文化」というものが生まれつつある。こうした新しい食のトレンドの広がりとともに、見た目は素朴でも質の良いものや本当に美味しいものを求める人々が増えている。そして、飯島が作り出す料理のイメージへの注目の高まりは、こうした「理想の食卓」への回帰という新しい食のトレンドと密接な関係にあると考えられる。

2. 飯島奈美の“ふつうのごはん”

飯島の幅広い活動分野の中でも、飯島が作り出す料理のイメージを最も明快に提示していると思われるのは、2冊のレシピ本『LIFE』および『LIFE2』である。ここでは、飯島のレシピを、飯島と同程度の知名度を誇る、フードスタイリストのマロン（板井典夫）と、フードコーディネーターのSHIORI（岡田史織）の2人（経歴は脚注参照⁸⁾）のレシピと比較分析することによって、飯島に固有の料理のイメージとはどのようなものであるかを考察してみたい。

飯島奈美が作り出す料理のイメージ：

『LIFE なんでもない日、おめでとう！のごはん。』

一般に広く流通している通常のレシピ本と比較して、『LIFE』シリーズの特徴として指摘できるのは、レシピごとにシチュエーションが設定されていること、みんなに共通のおいしさを客観的な視点から追及していること、工程と写真が非常に多いこと、写真においても「本物の美味しさ」が表現されていることである。この最後の点についてだけ補足すると、それは美味しそうに見えるように撮影するのではなく、実際に美味しいものを撮影するということである。それゆえ、『LIFE』シリーズでは出来立ての、湯気の立ち上る料理の写真が使われている。『LIFE』シリーズの写真撮影を担当したカメラマンは、このような通常のレシピ本とは全く異なる撮影スタイルを指して「あれはドキュメンタリーです」⁹⁾と述べているが、こうした写真へのこだわりからもわかるように、『LIFE』シリーズは、シチュエーションの設定、小道具の準備、レシピの作成、工程や写真に至るまで、飯島の意向が大きく取り入れられたものであり、飯島の作り出す料理のイメージを的確に表現していると言える。

このことを確認したうえで、マロンとSHIORIの本に掲載されたレシピと『LIFE』シリーズのレシピを比べると、飯島のレシピの特徴として、(1) 手間をかける (2) 「ふつうのごはん」である (3) 自分を出さない (4) シチュ

エーションがある、の4点が挙げられる。

手間をかけること

『LIFE』シリーズのレシピにおける工程と写真の数と、マロンと SHIORI のレシピのそれを比べると、『LIFE』シリーズの方が、圧倒的に数が多い。マロンや SHIORI が手早く簡単に調理できるレシピを提案しているのに対して、飯島は時間をかけて丁寧に調理するレシピを提案しているのである。飯島の料理の原点は、家族のために手間を惜しまず料理を作る母の味であり、簡単なものほど丁寧に作れば、それがちょっとしたご馳走になる、というのが飯島の考え方なのだ¹⁰。ファストなライフスタイルのニーズに合わせて、手早く、簡単に作ることができるレシピが多くなっている中で、このような飯島のレシピは、時間をかけて料理を楽しむスローなライフスタイルを思わせるものであると言える。

「ふつうのごはん」であるということ

レシピ名を眺めるだけでも明らかなように、マロンや SHIORI は、材料や調味料の組み合わせなどを自分流にアレンジし、読者が聞いたことも無いような新しい料理のイメージを提供していると言える。一方、飯島は——レシピ名や写真からもみてとれるように——誰もが一度は食べたことがある、ごく平凡な家庭料理のレシピを提供している。飯島は、何度も試行錯誤を繰り返しながら、定番の料理をおいしくするレシピを追求しているのだ。マロンと SHIORI が、「ふつうのごはん」にアレンジを加えて新しい料理を作り出すのに対して、飯島は、「ふつうのごはん」の「おいしさ」を追求していると言える。飯島によれば、家で作ったごはんは、出来合いの料理とは異なり、その工程を通して五感を働かしてくれる料理である¹¹。そうした五感で感じる「おいしさ」は、我々に強い印象を与え、“おいしさの記憶”となって残る。誰もが母に作ってもらったことのあるような「ふつうのごはん」は、めったに口にしない料理に比べて、はるかに強く“おいしさの記憶”と結びついている。そして、飯島が作り出す「ふつ

うのごはん」は、そうした“おいしさの記憶”に呼びかける。現在、食の外部化が進み、料理が作られる過程を傍で見て食事することは減ってきている。しかし、まさにそうした状況を背景にして、多くの人が、家庭的な「ふつうのごはん」の五感で感じる「おいしさ」とそれと結びつく“おいしさの記憶”を求めているのではないだろうか。

自分を出さないこと

マロンは、定番料理も自分流にアレンジして提供しており、SHIORI も同じように、定番料理に自分流のアレンジを加えたオリジナルのレシピを提供している。また、マロンと SHIORI は、自身の写真を多く用いるなどして料理に自分の署名を必ず付与している。彼らは自分の個性を「ブランド化」しているのであり、それを料理に付与しているのである。しかし、おそらくそれによってまた、レシピの読者をマロンや SHIORI という「ブランド」を支持する人たちに限定してしまってもいる。

一方、飯島は他の2人とは異なり、自分を表に出さず、裏方に徹している。これには飯島のキャリアも関わっており、クライアントや監督の要望に応じて仕事をする CM や映画でのフードスタイリストの現場では、自分を出さずに、裏方に徹することが求められたと言える。しかし、飯島が自分を出さない理由はそれだけではない。飯島の料理は、マロンや SHIORI のような「私流」の味ではなく、みんなに共通のおいしさを目指しているのである。これも飯島の料理が幅広い層から支持を集める理由の一つであると言えるだろう。

シチュエーションのある料理

ひとつひとつのレシピにシチュエーションが設定されていることは、ここで挙げる4つの特徴の中でも特に重要であり、飯島の料理が人気を集める大きな理由の一つであると考えられる。『LIFE』シリーズのレシピには、必ずシチュエーションが設定されている。たとえば、「温めて食べてね、の豚汁。」には、「家族みんなが出かけちゃって、ひとり取り残されたおと

うさんが、温め直して食べる豚汁。」というシチュエーションが描かれている¹²。それに対して、マロンや SHIORI のレシピには、そうした細かいシチュエーションの設定はなされていない。また、この2人のレシピでは、レシピに載っている料理しか写真に写っていないが、『LIFE』シリーズの料理の写真のほとんどには、レシピの料理以外に、そのシチュエーションにまつわるレシピにはない料理や小道具も写っている。このような写真は、見ている者に、その料理だけではない「食卓全体」のイメージを提供するものである。すなわち、シチュエーションの設定やそれに合わせた背景の演出によって、個々の料理に強い物語性が生まれているのである。

シチュエーションの設定という飯島のレシピの特徴は、CM や映画でのフードスタイリストとしての経験が活かされたものであり、こうした映像分野でのフードスタイリストとしての経験がないマロンや SHIORI や他の多くの料理研究家とは異なるものである。このようなシチュエーションの中に置かれた飯島の料理は、多くの人々の“おいしさの記憶”と結びつく「物語のある食卓」を想像させ、食卓を囲む団欒を「理想の食卓」として提示するのである。

以上にみたように、(1) 手間をかける (2) 「ふつうのごはん」である (3) 自分を出さない (4) シチュエーションがある、という飯島のレシピの特徴は、家族のために手間を惜しまず料理を作る「母の味」を理想とし、みんなに共通するおいしさを追求したい、という飯島の考えが反映されたものであると同時に、CM や映画のフードスタイリストとして、物語の設定に沿って食卓を作り出してきた飯島の経験にも裏打ちされている。そして、これらの特徴から見えてくるのは、飯島が作り出す物語のある“ふつうのごはん”は、料理だけでなく、人生 (LIFE) の舞台としての食卓のイメージを伝え、多くの人の“おいしさの記憶”と結びつくものであるということである。

3. 結語

今絶大な人気を誇っているフードスタイリスト飯島奈美が作り出す料理は、一昔前には一般的に家庭で作られていた料理とほとんど変わらない、ごく普通の家庭料理のイメージを提供するものであり、その当時なら取り立てて注目されることはなかったはずである。また、飯島の料理のイメージは、近年メディアを賑わせているようなグルメ料理やカフェとはとても異なっている。本論では、そうしたイメージを提供する飯島の料理が多くの人々の支持を集める背景には、「理想の食卓」への回帰とも呼べる新しい食のトレンドがあるのではないかという仮説を立て、検証してきた。

飯島が作り出す料理のイメージは、懐かしいけれども新しい「理想の食卓」のイメージを我々に提示するものである。スローフードや地産地消などの新しい食のトレンドを背景にして、食卓を囲む団欒が「理想の食卓」として回帰している現代日本の食の風景——飯島が作り出す料理は、この風景に的確なイメージを与えているのである。飯島奈美の“ふつうのごはん”は、実際にはなかなか実現することができない「理想の食卓」を私たちの前に描き出すことによって、そうした食卓を求めながらも時間に追われてせわしく日々を生きる多くの人々の心を、優しく包み込むのであろう。

注

- 1 阿古真理『うちのご飯の60年』(東京、筑摩書房、2009年)、100・101・106・115・168頁参照。
- 2 前掲書、131-133頁参照。
- 3 前掲書、201-203、220、221頁と、雑誌『ecocolo』18-20頁参照。
- 4 藤原勝子『私は「食」の演出家』(東京、亜紀書房、2002年)、18、20、21頁参照。
- 5 原田信男他『食文化から社会がわかる!』(東京、青弓社、2009年)、215頁参照。
- 6 NHK放送文化研究所世論調査部編『崩食と放食』(東京、日本放送出版協会、2006年)、163-203頁参照。
- 7 阿古真理、前掲書、230-232頁参照。
- 8 マロン(板井典夫)…大阪あべの辻調理師専門学校を首席で卒業し、料理研究家、

インテリアスタイリストのアシスタントを経験後、1983年に日本でのフードスタイリスト第1号として独立。雑誌、書籍、テレビ、ラジオ、新聞、広告、イベント、講演会等で活躍。映画やテレビドラマ、CMでのフードスタイリングは無い。(マロン公式サイト、<http://www.marons.net/>、2011年1月6日参照。) SHIORI (岡田史織) …フードコーディネーター・料理研究家。短大卒業後、料理家のアシスタントを経て独立。2007年8月「作ってあげたい彼ごはん」を出版。「若い女の子にもっと料理を楽しんでもらいたい」をモットーに女性ファッション誌で活躍。若い女性に高い支持を得る。映画やテレビドラマ、CMでのフードスタイリングは無い。(PR会社 株式会社パールダッシュ SHIORI プロフィール、<http://www.pearldash.jp/management/shiori.php>、2011年1月6日)

- 9 ほぼ日刊イトイ新聞『ばななさんと、おいしいごはん。』http://www.1101.com/iijima_shokudo/banana/index.html、2011年1月6日
- 10 HMV オンライン「フードスタイリスト・飯島奈美さんインタビュー」<http://www.hmv.co.jp/news/article/909150041>、2011年1月6日
- 11 飯島奈美『飯島風』(東京、マガジンハウス、2010年)、106頁参照。
- 12 飯島奈美『LIFE なんでもない日、おめでとう!のごはん。』(東京、東京糸井重里事務所、2009年)、171、175頁。